

СОСТОЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ И ЕГО ДИНАМИКА НА 1-2 КУРСАХ ЛЕЧЕБНОГО И СТОМАТОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТОВ

Лаппо В. А. Сазоник В. В.

*УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов
медицинский университет»*

Введение. Обучение в Вузе увеличивает нагрузку на организм студента. Молодежь меньше двигается (эффект гиподинамии), вследствие чего возникает дефицит мышечной деятельности. Возрастает необходимость усвоения и переработки разнообразной информации, и следовательно, увеличивается пребывание организма в статических позах, перенапрягается зрительный аппарат. Эти факторы влияют на состояние здоровья: нарушения осанки, зрения, повышения артериального давления, накопления избыточной массы тела, что в свою очередь предрасполагает к различным заболеваниям сердечно - сосудистой, дыхательной систем, нарушения обмена веществ и т.д. К вышеперечисленным следует отнести неблагоприятную экологическую обстановку, падение жизненного уровня населения, а также пренебрежительное отношение к здоровью самих студентов, злоупотребляющих алкоголем и курением, что выражается в потере интереса последних к занятиям физической культурой.

На основе этого мы решили провести исследование, которое может показать реальную картину физической работоспособности у студентов ВГМУ. Мы взяли в роли испытуемых 1 курс лечебного и 2 курс стоматологического факультетов, отнесенных по состоянию здоровья к основной медицинской группе.

Цели. 1. Дать оценку физической работоспособности студентов 1 курса лечебного и стоматологического факультетов 2. Проследить динамику результатов физической работоспособности 2 курса стоматологического факультета.

Материалы и методы. С помощью пробы Руфье-Диксона мы оценивали уровень работоспособности студентов. В эксперименте принимало участие 40 человек.

Результаты и обсуждение.

Все испытуемые были поделены по половому признаку (юноши и девушки). Результаты исследования представлены в таблице 1. Все данные приведены в процентах.

Таблица 1

	лечебный		1- стоматологический		2- стоматологический	
	Юн	Дев	Юн	Дев	Юн	Дев
отлично	-	-	25	25	-	-
хорошо	-	45	9	9	50	56
посредствен но	100	27	16	17	-	33
слабая	-	18	-	12	50	11
неудовл.	-	10	50	37	-	-

Результаты исследования показали, что среди юношей в прошлом учебном году показатель физической работоспособности был «хорошо» – 9 %, «неудовлетворительно» – 50 %. В этом учебном году увеличился показатель: «хорошо» – 50 %, «слабая» – 50 %. Среди девушек в прошлом учебном году: «хорошо» – 9 %, «слабая» – 12 %, в этом учебном году – «хорошо» 56 %, «слабая» – 11 % соответственно.

Выводы.

Анализ результатов исследования показал, что современная студенческая молодежь имеет в основном слабую физическую подготовленность и низкий уровень физического здоровья.

1 Уровень физической работоспособности студентов ВГМУ 1 курса лечебного факультета нынешнего года оказался ниже по сравнению с показателями физической работоспособности 1 курса стоматологического факультета прошлого года.

2 Уровень физической работоспособности студентов 2 курса стоматологического факультета имеет тенденцию к повышению, что отмечено в 2009-2010 уч. г.

Литература.

1 Разницын А.В. Врачебный контроль за физическим воспитанием и состоянием здоровья студентов. – Гродно, 2002. – 72 с

2 Столбицкий В.В.. Основы самостоятельной профессионально-прикладной физической подготовки студентов медицинских вузов Учеб-метод. пособие для студентов лечебного, стоматологического и фармацевтического факультетов медицинских вузов. – Витебск: ВГМУ, 2007. – 119 с.